

## ПРОГРАММЫ И УСЛУГИ

Wayland Council on Aging (COA) (Совет  
Wayland по проблемам старения)  
предлагает следующие программы и услуги:



### Информация и помощь.

**Информация и рекомендации:** Бесплатные консультации о ресурсах и услугах для пожилых людей и семей по телефону или лично. У вас есть вопросы, связанные с жильем, транспортом, мед. обслуживанием, ухода за жильем, безопасностью или другими проблемами? Звоните нам.

**Консультации по вопросам медицинского страхования:** Наши квалифицированные добровольцы бесплатно консультируют по вопросам страхования по записи, посредством программы SHINE – Удовлетворение потребностей каждого в медицинском страховании (совместно с Medicare).

**Помощь с топливом:** Мы, при содействии совета Southern Middlesex по возможностям для каждого (Southern Middlesex Opportunity Council (SMOC)), предоставляем консультации относительно местной программы помощи топливом под названием Программа энергетической помощи для семей с низким доходом (Low-Income Home Energy Assistance (LIHEAP)). Звоните нам для получения всей информации.

**Помощь с налогами от AARP:** Добровольцы Американской ассоциации пенсионеров (AARP) предоставляют базовые услуги по налогообложению пенсионерам с низким и средним доходом.

**Бесплатная юридическая консультация:** Мы можем организовать для вас 20-минутную бесплатную консультацию с юристом для обсуждения юридических вопросов, связанных с жизнью людей пожилого возраста. Закажите такую консультацию по телефону.

### Здоровье и благополучие

**Еда на колесах:** Добровольцы развозят еду с понедельника по пятницу. Чтобы заказать доставку или узнать меню звоните в Waypath Elder Services по тел. 508-573-7200.

**Фитнес:** Мы предлагаем занятия тай-чи, зумба, развитие равновесия и другие дружелюбные и недорогие фитнес и физические тренировки лично и через Zoom, а также пешеходный клуб (Walking Club) для прогулок с колясками и быстрым шагом.

**Аренда медицинского оборудования:** Мы принимаем пожертвования и сдаем в аренду едва использованное оборудование и приспособления, включая костыли и душевые табуретки.

**Бесплатные измерения артериального давления:** Запись в отделе здравоохранения Wayland (Wayland Health Department) по тел. 508-358-3617.

### Обучение, экскурсии и связи

**Образовательные презентации и занятия:** Будь то лекции по истории искусств или занятия по изучению методов искусственного дыхания, рисованию акварелью или ювелирному искусству, мы готовы предложить вам множество вариантов, чтобы вы нашли "свое" занятие в этой жизни.

**Поездки и экскурсии:** Мы организовываем экскурсии в музеи, на спектакли и в интересные места нашего района, а также предлагаем регулярные поездки за покупками, бесплатно для жителей Wayland.

**Социальные группы и группы интересов:** В COA или через Zoom регулярно встречаются любители вязания, изучения родословных, бабушки и дедушки, любители поговорить и друзья.

**Ежемесячные и специальные обеды:** В кафе First Wednesday мы предлагаем каждому обед всего за 5 дол. США. В течение всего года мы также организовываем специальные обеды с развлечениями.

**Специальные мероприятия для всех возрастов:** Представители нескольких поколений собираются на таких специальных мероприятиях, как Летние концерты на открытом воздухе (Summer Outdoor Concert) и вечера четверга во дворе здания городской администрации.

## Транспорт

**Сертификаты на такси до медицинских учреждений:** Скидки на поездки на такси для посещения врачей и оздоровительных мероприятий COA, включая физкультуру, SHINE, юридические консультации и медицинские семинары. За 30 дол. США вы получаете сертификат на такси стоимостью 50 дол. США. Звоните нам для получения дополнительной информации.

**MWRTA Dial-a-Ride:** В сотрудничестве с MWRTA мы предоставляем информацию о недорогих поездках для пожилых людей "от бордюра до бордюра". Звоните нам или в MWRTA по тел. 508-820-4650.

## Прочие услуги

**Мастер на все руки:** Наши добровольцы-мастера на все руки помогут вам по дому, например, установят телевизор или заменят лампочку.

**Медицинская история:** Бесплатная папка на магните для хранения всей медицинской информации. Храните ее на холодильнике.

**Ящик на замке:** Прячьте ключ от дома на улице в ящике на замке, чтобы его могли открыть спасатели. Его, за небольшую плату, устанавливают представители пожарной охраны. Звоните по номеру 508-358-7951.

**Детекторы дыма/СО:** При наличии, представители пожарной охраны бесплатно устанавливают в жилищах пожилых людей детекторы дыма/СО. Позвони нам, чтобы попасть в этот список для установки.

## Наша Миссия

Представители Wayland Council On Aging (Совета Wayland по проблемам старения) предлагают специальные программы и услуги для удовлетворения уникальных социальных, образовательных, медицинский, финансовых и оздоровительных потребностей зрелых людей. Мы также предоставляем защиту и жизненно важные ресурсы не пожилым людям, которые поддерживают члена семьи в возрасте.

## Наши услуги

Мы постоянно расширяем спектр наших программ и услуг для вовлечения, просвещения и поддержки нуждающихся, и ищем новые способы оказания помощи. Пожалуйста, поделитесь с нами вашими идеями.

## Присоединяйтесь к нашим добровольцам

Мы полагаемся на группу замечательных добровольцев, которые помогают нам реализовывать наши программы и поддерживают наше сообщество. Если вы желаете узнать, как вы можете нам помочь, звоните нам.

## Звоните нам

Мы с радостью поможем нашему сообществу и ответим на ваши вопросы. Если мы вам можем помочь, звоните по тел. 508-358-2990, а также читайте нашу ежемесячную рассылку (по почте или на веб-сайте), где мы публикуем актуальную информацию обо всех наших программах и услугах.

## Wayland Council on Aging

Wayland Town Building

41 Cochituate Road

Wayland, MA 01778

508-358-2990

coa@wayland.ma.us

[www.wayland.ma.us/council-aging](http://www.wayland.ma.us/council-aging)